

鶴田町お知らせ版

編集と発行 ● 鶴田町企画交流課 Tel 22-2111 内線 261

新年を祝う会参加者募集について

令和8年の『新年を祝う会』を次のとおり開催いたします。

皆さまの多数のご参加をお待ちしておりますので、ご近所の方やご友人とお誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。

●開催日時

令和8年1月8日（木）午後3時～

●開催場所

鶴田町国際交流会館ホール

●内 容

町長年頭挨拶、御来賓祝辞、懇親会等

●参加料

2,000円

●申込締切日

令和7年12月10日（水）

■問い合わせ・申込先

会費を添えて企画交流課計画係窓口にて
お申し込みください。

企画交流課 計画係（内線 261、262）



1月5日（月）は、町・県民税4期分と
国民健康保険税6期分の納期限です。

フッドリバー市への留学生を募集します

米国オレゴン州フッドリバー市と姉妹都市を締結して48年を迎え、現在まで町がフッドリバーバレー高校に派遣した留学生は25人を数えています。

国際化に対応した人づくりを推進するため、町では次のとおり留学生を募集します。

●募集人員 1人

●募集資格

- ・日本国籍を有する方で、鶴田町に住所を有する方または鶴田町の高等学校に通学している方
- ・令和8年4月1日現在高等学校在学中で、心身共に健康な方
- ・姉妹都市委員会の「留学生についての規則」を厳守できる方（規則の内容については企画交流課まで）
- ・原則として在学高等学校校長の推薦を受けられる方

●留学予定期間 令和8年8月から約1年間

●留学費用

- ・旅費、査証、海外旅行傷害保険料、予防接種、留学中の小遣い等は自己負担です。（留学中はホームステイですので住居費・食料費は不要です）
- ・学費は免除されておりますが、教材費などは保護者の負担になります
- ・留学事業参加費について、1/2に相当する額（限度額30万円）を助成するフッドリバー留学生留学参加助成金を設けております

●申込方法 留学申込書にてお申し込みください（申込書は企画交流課窓口または町HPにあります）

●申込期限 令和8年1月26日(月)

●決定通知 令和8年2月中旬

※希望者が多数の場合には、選考審査を行うことがありますので、あらかじめご了承ください。

※町では、渡航費用などを無利息で貸与する姉妹都市青少年交流基金制度を設けています。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

■問い合わせ 企画交流課 交流係（内線266）



旧富士見小学校売却問題についての住民説明会を開催します

旧富士見小学校売却問題は、裁判所からの勧告により株式会社アスクゲート（札幌市）と和解しました。

和解に至ったこれまでの経緯等について説明をいたしますので、出席を希望される場合は、会場までお越しください。

●日時

令和7年12月9日（火）午後6時00分～

●会場

国際交流会館ホール（役場隣接）

■問い合わせ

総務課 管財係（内線275）

訓練見学説明会のご案内 参加者募集について

ポリテクセンター青森は、ものづくりの業界で就職を目指す職業訓練施設です。

ぜひ訓練見学説明会にお越しください。

◆訓練見学説明会

●日 時

12月10日（水）9時30分～12時00分
(受付9時00分～)

12月17日（水）13時30分～16時00分
(受付13時00分～)

●定 員

各回20名程度

●場 所

ポリテクセンター青森

●対 象

ものづくり業界（住宅、電気、機械）への就職に興味がある方

●備 考

雇用保険受給中の方は、受給資格者証を持参

●参加料

無料

●申 込

前日までに予約ページまたはポリテクセンター青森（☎017-722-1771）へ

見学説明会予約ページは
こちらから



就学援助費支給制度をご存じですか

鶴田町に住所を有するか、または鶴田町立の小・中学校に在籍するお子さんのいるご家庭で、経済的な理由（生活保護受給世帯程度に困窮）により教育費の負担が困難なご家庭のために、学用品費などの一部を援助する「就学援助費支給制度」があります。詳しくは、各学校から配布されるチラシをご覧ください。

●申込方法

現在の在籍校（新小学1年生は鶴田小学校）へお申し出ください。

なお、所得額などにより、該当にならない場合もあります。

■問い合わせ

教育委員会 学務総務係（内線214）

「国際交流クリスマスパーティー」開催のお知らせ

町の国際交流員が企画するクリスマスパーティーを開催します。当日は、イギリスで親しまれている伝統的なオーナメント「オレンジポマンダー」づくりや、クリスマスツリーへの飾りつけと一緒に楽しめます。

ポマンダーは、オレンジにクローブを刺して香りを楽しむオーナメントで、欧州では幸運のお守りとしても親しまれています。手作りのあたたかなクリスマスをぜひ体験してみませんか？

●日時

令和7年12月13日（土）午後1時から午後3時まで

●場所 鶴田町公民館 大集会室

●対象 小学生以上（小学生以下は保護者同伴）

※オレンジポマンダー作りは定員30名（先着順）となります。また、参加される方は彫刻刀をご持参のうえお越しください。

●参加費 無料

●申込方法 QRコードを読み込み、お申込みください。

●申込締切 令和7年12月10日（水）

■問い合わせ

企画交流課 交流係（内線263）



国勢調査へのご協力 ありがとうございました

令和7年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人および世帯を対象に国勢調査が行われました。国勢調査の結果は、福祉政策、生活環境整備、防災対策などさまざまな行政施策の基礎資料や、教育・経済・研究などの分野に利用され、私たちの暮らしのために役立てられます。

国勢調査にご回答いただいた町民の皆さま、ご協力いただいた施設・事業者の皆さま、誠にありがとうございました。

■問い合わせ

企画交流課 計画係（内線261）

丹頂地下道の一部通行止めのお知らせ

雪や風の影響で一部凍結の恐れがあるため、安全面に配慮する点からJR陸奥鶴田駅西側丹頂地下道出入口を冬期間（12月～3月）通行止めにいたします。

ご理解のほどよろしくお願ひいたします。

■問い合わせ

建設整備課 土木係（内線285）

12月学校行事予定

鶴田小学校

23日(火)2学期終業式

24日(水)～1月14日(水)冬季休業

鶴田中学校

22日(月)2学期終業式

23日(火)～1月12日(月)冬季休業

町の子育て支援の中で、 教育委員会では3つの 事業を実施中

- 小・中学校修学旅行費助成
- 小・中学校新入学準備費用助成
- 学校給食費無償化



給食の献立

津軽広域水道企業団津軽事業部 職員採用資格試験の案内

●試験内容

試験職種		試験日	募集期間（必着） 及び試験会場	採用予定人数
社会人	電気	1月18日(日)	12月8日～1月7日 弘前市役所 (弘前市大字上白銀町1-1)	若干名
	機械			若干名

●受験手続き

申込希望の方は総務課へ郵送または持参により提出してください。

詳しくは、津軽広域水道企業団ホームページ (<https://www.tusui.jp>) をご覧になるか、下記にお問い合わせください。

●提出期限

令和8年1月7日（水）
(受付は平日の午前8時30分～午後5時まで)

■問い合わせ・提出先

総務課総務係

〒036-0342 黒石市大字石名坂字姥懐2

TEL0172-52-6033

令和7年



町の保健だより



連絡先：子ども健康課 健康推進係



朝ごはん運動～規則正しい生活習慣～

身体活動には、「生活活動」と「運動」の2種類があります。

「生活活動」は日常生活における家事・労働・通勤・通学などに伴う活動、「運動」は健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に実施する活動を指します。

活動・運動量が多い人は、少ないと比較して循環器病、糖尿病、うつ病、認知症等の発症リスクが低いことがわかって

います。

<活動・運動のポイント>

個人差（健康状態、体力レベル、身体機能等）を踏まえ、強度や量を調整し、可能なものから取り組んでみましょう。

◎座りっぱなしの時間が長くなりすぎないように注意！

子どもの場合、余暇のスクリーンタイム（テレビやDVDをみるとこと、テレビゲームやスマートフォンの利用などスクリーンの前で過ごす時間）を減らすようにしましょう。肥満、体力低下、睡眠時間の減少等につながる可能性があります。



みんなに知ってほしい「運動」のこと

今より少しでも多く、からだを動かしてみよう

からだ すっきり！ さっぱり！ 健康運動教室

★開催日：12月4日（木）、18日（木）※1

★時 間：午後1時30分～2時30分

★場 所：鶴遊館 ふれあい広場

※1 18日（木）は体力測定を行いますので、13時まで
にお越しください。

★対象者：町民の方なら、どなたでも参加できます！

★持ち物：水またはお茶、汗拭きタオル、

ポイントカード（初回にお渡します）

◎保育スペースをご用意します。

→利用希望の方は2日前までに健康推進係へご連絡ください。

予約不要！
参加無料！

学習会ポイント&抽選券プレゼント！



令和7年度 健康づくり講演会 「子どもと大人の健康づくり」

早寝・早起き・朝ごはん

ご家族みなさんで
ご参加ください！！

★開催日：12月14日（日）

★時 間：受付13時～、講演14時～15時30分

★場 所：役場 国際交流会館ホール

★講 師：國學院大學 人間開発学部 子ども支援学科
教授 鈴木みゆき 氏

★対 象：どなたでも参加できます

★申込み：12月10日（水）までに健康推進係へ

QRコードからも申し込み可



QRコード

◎会場開放時間中（講演中を除く13時～16時30分）、血圧、
血管年齢、野菜摂取量、体成分測定等の体験コーナーをご利
用ください。

◎保育スペースをご用意します。申込みの際にお知らせください。

◎健康食の試食（お持ち帰り用）をお配りします。

健康づくりお楽しみ抽選券プレゼント！

参加無料！

みつば会おすすめメニュー

「パーティーメニュー～メインディッシュ編～」

★実施日：12月9日（火）午前10時～12時

★内 容：調理実習「韓国風ミニのり巻き、洋風茶わんむし、
豆腐クリームパングラタン」

★場 所：鶴遊館 調理室

★対 象：町民の方は、どなたでも参加できます
※先着20名まで

★持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾（バンダナ）、
お持ちの方は学習会ポイントカード

★参加費：200円（当日集金）

★申込み：12月5日（金）までに
健康推進係へ



学習会ポイント&
抽選券プレゼント！



<シリーズ>からだとこころの健康づくり学習会

今年度、食生活改善推進員養成講座との併催で月1回程度
実施します。

学習会ポイント&抽選券プレゼント！

第7弾 「生活の中に運動を取り入れてみよう②」

★実施日：12月4日（木）午後1時30分～3時

★内 容：実技「健康運動教室」

お話「フレイル＆介護予防から考える運動」

★場 所：鶴遊館 ふれあい広場・栄養指導室

★対 象：町民の方は、どなたでも参加できます

★持ち物：筆記用具、水またはお茶、汗拭きタオル、
お持ちの方は学習会ポイントカード

★参加費：無料

★申込み：不要



第8弾 「自分にあった献立を考えよう」

★実施日：12月12日（金）午後1時30分～3時

★内 容：お話「働く細胞にエネルギー＆栄養素を考えた献立」

実技「自分たちで献立を考える」

★場 所：鶴遊館 栄養指導室

★対 象：町民の方は、どなたでも参加できます

★持ち物：筆記用具、お持ちの方は学習会ポイントカード

★参加費：無料

★申込み：12月9日（火）までに健康推進係へ



「傾聴サロン」で

ほっこり、すっきりしませんか

鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による「つるりんの
会」が、あなたのお話をじっくりと聴きます。

★日 時：12月1日（月）、15日（月）午後1時30分～3時

★場 所：鶴遊館 栄養指導室



12月1日は「世界エイズデー」

エイズは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染することで起
る病気です。

治療法の進歩により、HIV陽性者は感染の早期把握、治療の早
期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、感染前と
変わらない生活を送ることが期待できるようになりました。

まずは、検査を受け、感染を早期に発見することが重要です。
感染が心配な方は早めに検査を受けましょう。

保健所では、匿名・無料で検査を受けることができます。

●西北保健所 相談・検査予約専用電話：0173-33-1090

●青森県庁 HP：「相談・検査（青森県STOP AIDS）」



※インターネット予約可